

ຄໍາຂັ້ນໆ

ເພື່ອຈະໃຫ້ປະກອບການປະເມີນ IL ນີ້ໄດ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງນັ້ນ, ກະຮຸນາພົວພັນນຳເຫວັນອືນ, ຜູ້ຮັດວຽກບໍລິການສັງຄົມ, ພໍ່ແນ່ລ້ຽງ ຫລື ຍາດຝຶ່ນຜູ້ໃຫ້ການດູແລ  
ອອງດັກ ແລະ ບຸກຄົນຜູ້ຮັກຢູ່ກ້ວບຕົນເອງເບີວະຊຸມນັ້ນ.

■ ການໃຫ້ຄະແນນຄວນອີງເອົາຕາມລະດັບຕໍ່ສຸດຂອງການປະຕິບັດໄດ້.

ລະດັບການຮັດໄດ້ສໍາລັບເບີວະຊຸມແຕ່ລະຄົນທີ່ປະຕິບັດການປະເມີນນີ້ໄດ້ນັ້ນ ແມ່ນລະດັບຕໍ່ສຸດທີ່ເວົາເຈົ້າປະຕິບັດຕາມຈຳນວນຄໍາຖານນັ້ນໄດ້ຢ່າງເປັນທີ່ຟ້າ.  
ເບີວະຊຸມອາດມີຄວາມສາມາດສູງໃນບາງວິຊາການ, ແຕ່ມີຄວາມຮັ້ນທານໜ້ອຍໃນວິຊາອື່ນ. ມີຄວາມຮັ້ນທານໃນແຕ່ລະວິຊາເປັນສິ່ງສໍາຄັນສໍາລັບ  
ຄວາມສໍາຮັດໄລຍະບາງ, ແລະ ແຜນການພັກນາຄວນເລັງໃສ່ການວັດຄວາມແຕກຕ່າງກັນໃນຄວາມຮູ້ຂອງເບີວະຊຸມ.

■ ການປະຕິບັດປະເຟດ O

ນັ້ນເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ເບີວະຊຸມທຸກຄົນຈະຕ້ອງມີຄວາມຮັ້ນທານຂອງການເລືອກເອົາການຄຸນກຳນົດ. ນັ້ນບໍ່ແມ່ນເປົ້າໝາຍທີ່ເບີວະຊຸມທຸກຄົນຕ້ອງໄດ້  
"ພິເສດ" ໃນປະເຟດນີ້, ເວັນແຕ່ວ່າເບີວະຊຸມ (ຈະເປັນຊາຍ ຫລື ພຶກກໍໄດ້) ເປັນ ຫລື ຈະເປັນຝ່າມໃນໄກ້ໜີ້ແລ້ວ. ເລື່ອງການກະທຳເກີນຂອບເຂດ  
ແລະ ປະບໍ່ຍັນບໍ່ໄດ້ຖືກປະເມີນໄດ້ສະເພາະ, ແຕ່ວ່າຄວາມສາມາດໃນລະດັບ "ກາງ" ຈະສາມາດຊ່ວຍເບີວະຊຸມຫລືກເວັ້ນຈາກການຮ້ອງທຸກ CPS ໄດ້.

■ ຂອບເຂດວເລາສໍາລັບການປະຕິບັດ

ເບີວະຊຸມທຸກຄົນຈະຖືກປະເມີນແຕ່ອາຍ 15 ຫາ 16 ປີ. ເນື້ອທ່ານໄດ້ຮັດການປະເມີນ IL ເບີວະຊຸມຄົບແລ້ວ ທ່ານກຳບໍ່ຕ້ອງໄດ້ຮັດການປະເມີນຄືນອີກ.  
ການລາຍງານຕໍ່ໄປນີ້ຈະໄດ້ອີງເອົາຕາມເປົ້າໝາຍຂອງເບີວະຊຸມ ແລະ ລະດັບວິຊາຂອງເວົາເຈົ້າຈະຖືກປົງໄປຕາມຄວາມກ້າວໜ້າທີ່ປະຕິບັດໄດ້ເພື່ອໃຫ້ເຕິງ  
ເປົ້າໝາຍ. ຖ້າເບີວະຊຸມບັງຫຼຸດເປົ້າໝາຍເກົ່າ, ລະດັບວິຊາກຳບໍ່ປ່ຽນ.

ເຈົ້າປົກ

ຊື່ຂອງເບີວະຊຸມ:	ເລກປະຈຳຕົວຄົນ CAMIS :	ວັນທີ:
ບຸກຄົນກ່ຽວຂ້ອງກັບການປະເມີນວິຊາການຊີວິດ ແລະ ວັນທີຂອງການປະເມີນ		ວັນທີ

ປະເຟດ

ວັນທີສໍາຮັດວິຊາຄວາມຮູ້

		ຜົນທານ	ກາງ	ຂັ້ນສູງ	ດີເລີດ
A	ການຈັດການດ້ານການເງິນ/ ຄວາມລະນັດລະວັງຂອງຜູ້ບໍລິໂພກ				
B	ການຈັດການດ້ານອາຫານ				
C	ການແຕ່ງຕົວ ແລະ ສຸຂານິບານ				
D	ສູຂະພາບ				
E	ວຽກບ້ານການເຮືອນ				
F	ເຮືອນຢູ່ອາໄສ				
G	ການວິນສິ່ງ				
H	ແຜນການສຶກສາ				
I	ວິຊາຊອກວຽກ				
J	ວິຊາຖານອນວຽກງານ				
K	ວິຊາສູກເສີນແລະ ຄວາມປອດໄພ				
L	ຄວາມຮອບຮູ້ກ່ຽວຂ້ອງກັບແຫ່ງຊ່ວຍເຫຼືອຕ່າງໆໃນຊຸມຊົນ				
M	ວິຊາການພົວພັນໃນສັງຄົມ				
N	ວິຊາກົດໝາຍ				
O	ການຄຸນກຳນົດ/ ຄວາມເປັນຝ່າມ ແລະ ການລ້ຽງດູດກັກ				

## ປະເພດ A: ການຈັດການດ້ານການເງິນ/ ຄວາມລະມັດລະວັງຂອງຜູ້ບໍ່ໄຟໄກ

ຂັ້ນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 5 ເພື່ອກ້າວໃຫ້ທ່ານການປະຕິບັດໄດ້ໃນລະດັບຕໍ່ໄປ:

- ຮູ້ຈັກຄ່າຕຶງໝາຍຄຸນ ແລະ ເງິນເປັນໃນ.
- ສາມາດຊື້ຂອບທານຮັນຂວາບອງທີ່ກີ່ນ ແລະ ນັບເງິນທອນ.
- ມີຄວາມເຮັດວຽກໃຈຄວາມແຕ່ງການຕ່າງລະຫວ່າງ “ຄວາມໃຊ້ໃຫ້” ແລະ “ຄວາມຈຳເປັນ” ໃນດ້ານອາຫານ, ການອິນສິ່ງ, ເຄື່ອງນຸ່ງ, ບ່ອນຢູ່ອາໄສ.
- ເຮົາໃຈຄວາມແຕ່ງການຕ່າງລະຫວ່າງ “ຂາບໜຸດຮາຄາ” ແລະ “ຮາຄາທັມມະດາ”.
- ສາມາດບໍ່ໄດ້ມີເງິນເປັນໃນການນັ້ນ.

ຂັ້ນກາງ - ຈະຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 6 ເພື່ອກ້າວໃຫ້ທ່ານການປະຕິບັດໄດ້ໃນລະດັບຕໍ່ໄປ:

- ສາມາດເປີດບັນຊີຊັກລິ້ງ ຫລື ເຊັບວິງ.
- ສາມາດຮຽນເຊັກ/ ຖອນເງິນ ແລະ ຝາກເງິນ.
- ສາມາດບັນທຶກທີ່ຈາກນະບາຍຄານ (ບັນຊີເຊັກລິ້ງ ຫລື ເຊັບວິງ.)
- ສາມາດຈັດງົງປະມານໃຫ້ຜຽງຟ້າໃສໍາລັບອາຫຼິດນີ້ງ. (ສະແດງໃຫ້ເຫັນຄວາມເຮົາໃຈບາງຢ່າງວ່າງຂອງຄວາມເຫັນຂອງເຊັບວິງ.)
- ເຮົາໃຈຄວາມແຕ່ງການຕ່າງລະຫວ່າງເງິນເດືອນທັງໝົດ ແລະ ເງິນເຫຼືອມາເຮືອນ.
- ສາມາດໃຊ້ເຄື່ອງໄລ່ເຄົກເຝື້ອ ສິນ, ລົບ, ທານ ແລະ ອຸນ.

ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໝັບຍົດ 4 ໃນ 6 ເພື່ອກ້າວໃຫ້ທ່ານການປະຕິບັດໄດ້ໃນລະບະຕໍ່ໄປ:

- ດັວຍການຂ່ອນເຫັນຫຼືລືອສາມາດຮັດງົງປະມານປະຈຳເດືອນກຸ່ມາການຈຳບັນຍັດກົດຕົນໂອງ.
- ສາມາດຊື້ຂອບການໄສຄະນະບາງຢ່າງເຊັ່ນ “ການອິດຕໍ່ກ່ານວ່າງຫຼຸດ” ຕໍ່ “ສື່ຂອງບໍ່ມີໃບດາ” ແລະ ແຜນຄຣີດິດ “ການຈຳບັນຍໍປະຈຳອາຫຼິດ”.
- ສາມາດອ່ານໃບໝໍ້ງຂອງຫະນາຄານປະຈຳເດືອນ, ສິນຫງວບບອດເງິນ, ຕັດປະງາຕາມທີ່ຈຳເປັນ (ຫັກຄໍບໍ່ຮົການ, ຄໍາເຊັກອອກ, ຕັດປະງາຕາມແຕກຕ່າງໃນບອດເງິນ).
- ສາມາດສົມຫຽນການຂໍໃຫ້ໜຸນຮາຄານີ້ງອັນ.
- ເຮົາໃຈຄວາມຮັບເຮັດຝອມພາສີ. ຮູ້ຈັກໜຸນທີ່ກຳນົດໄວ້ສໍາລັບປະກອບພາສີ ແລະ ຮູ້ບ່ອນໄປຂໍຄວາມຂ່ອນເຫັນໃນການຮັດພາສີ.
- ຮູ້ຈັກຕັດເອົາໃບປົວພອນ ແລະ ຮູ້ທີ່ໃຊ້

ພິສັດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໝັບຍົດ 3 ປັບປຸງ ເພື່ອໃຫ້ຖືກຈັດເວົ້າເປັນຖານພິສັດ:

- ວົບປະມານສໍາລັບເຫັນຫຼືບໍ່ໄດ້ຄືດໄວ້ກ່ອນ, ໃບບິນຫາມຮະດູການ, ຕໍ່ໄປ.
- ເຮົາໃຈການຂັ້ນຕິດໜັ້ນ, ການນຶ່ນ, ດອກເນັ້ນ, ແລະ ຄ່າປະໜັກການຈ່າຍຫັ້ງ.
- ເຮົາໃຈການຫັກອອກຈາກຕຶງໝາຍເດືອນ, ພາສີ, FICA, ລໍາປັນໄຟ.
- ສາມາດປະກອບໃຫ້ຝອມພາສີແບບສັນ.
- ສາມາດຄືໄວ້ຮັດໃຫ້ປັບເຂົ້າກິ່ງຕ້ອງ.
- ມີໂຄງການອອມສິນປົກກະຕິ.

## ປະເພດ B: ການຈັດການດ້ານອາຫານ

ຂັ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໝັບຍົດ 3 ໃນ 4:

- ລ້າງນິ້ນກິນ ແລະ ເຮັດອາຫານ.
- ສາມາດສັງຈາກຮັນຂາຍອາຫານຮົກການໄດ້ບົດຕົນໂອງ ຫລື ຮັນອາຫານທີ່ໄວ.
- ສາມາດຂະໜົບຮູບອາຫານສາມຄຸນ ແລະ ອາຫານທີ່ໃຫ້ຄວາມສົມບູນແກ້ວິທີຂີວິດ.
- ຮູ້ຈັກຂີ່ ແລະ ໃຊ້ເຄື່ອງຮັດກິນ.

ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງສາມາດຮັດ 5 ໃນ 8:

- ສາມາດສັງອາຫານຈາກລົກການອາຫານຢູ່ໃນຮັນອາຫານ.
- ສາມາດຮັດອາຫານເຊົ້າສໍາລັບນິ່ງຄົນ.
- ສາມາດຮັດອາຫານທີ່ງ່າງສໍາລັບນິ່ງຄົນ.
- ສາມາດຮັດອາຫານແລ້ວສໍາລັບນິ່ງຄົນ.
- ສາມາດຮັດບັນຊີຂອງຫຼູກຄ້າ.
- ສາມາດໃຊ້ເຄື່ອງຮັດກິນປ່າງໄດ້ພິນດີ ແລະ ປອດໄພ (ນິດ, ແນວຊຸດ, ແນວໄຂກະປອງ, ແນວປອກນັນປັບປຸງ, ແນວຕິໄວ່, ຕໍ່ໄປ).
- ສາມາດໃຊ້ເຄື່ອງໃຊ້ເຄື່ອນຄົວປ່າງໄດ້ພິນດີ ແລະ ປອດໄພ.
- ສາມາດໃຊ້ວິທີການກິນຢູ່ໃຕະແບບມີນະຍາດໃຊ້ໄດ້.

ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 5 ຈາກ 7:

- ເຄີສິ່ງທີ່ໄດ້ບຸດນິ້ນໄໝໃຫ້ໃນບ່ອນເປັນ.
- ຮູ້ຈັກສັນບານຂອງອາຫານທີ່ເສັ້ນຄຸນນະພາບ.
- ສາມາດຮັດຕາມກຳຊົ້ານຳສໍາລັບຮັດອາຫານກະບ່ອງ ຫລື ອາຫານທີ່ຮັກສາໄວ້ໃນຕຸ້ນກ້າວກິນ.
- ສາມາດຮັດລົງຜົນລາບການອາຫານທີ່ເປັນປະໄບຕໍ່ກ່າວກະປະຈຳອາຫຼິດ.
- ສາມາດຊື້ອາຫານຂອງອາຫຼິດຕາມງົບປະມານອາຫານນັ້ນ.
- ສາມາດຈັດໄຕປ່າງເໝັ້ນສິນ.
- ສາມາດໃຫ້ອຸງກຳນົດກິນໄດ້ເຄື່ອງກິນໄດ້ (ເລືອກລາບການຕາມບັນຊີຂີ້ວ່າງ ແລະ ຈ່າຍຜູ້ເກັບເງິນ).

ພິສັດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໝັບຍົດ 3:

- ເຮັດສຸດອາຫານຈາກຫັ້ນເປັນຮັດກິນ.
- ສາມາດດັດແບບສຸດອາຫານເພື່ອລົງຫວາລາຄົນ ຫລື ພ້ອຍກວ່າທີ່ບອກໄວ້ໃນສຸດອາຫານ.
- ເຮົາໃຈວິທີໃຊ້ວິທີ່ກີ່ນທີ່ຢູ່ນຳທ່ານເພື່ອປ່ອງກັນອາຫານທີ່ເສັ້ນຄຸນນະພາບ. (ເບື້ງນັ້ນຕໍ່ໄປ)

<b>ປະເພດ B: ການຈັດການຕ້ານອາຫານ (ຕໍ່)</b>
<b>ຟິສີໂສກ - ຕ້ອງຮູ້ບໍ່ຢູ່ຂອບ 3: (ຕໍ່)</b>
<input type="checkbox"/> ເຮັດ ແລະ ກິນອາຫານຕາມແນບປ່າງສືນດຸນກັນ.
<input type="checkbox"/> ເຊົ້າໃຈ ແລະ ສາມາດໃຊ້ຮາຄາອັນນຶ່ງເພື່ອສືນທຽບການຮູ້.
<b>ປະເພດ C: ການແຕ່ງຕົວ ແລະ ສູຂາພິບານ</b>
<b>ຂັ້ນຜົນຖານ - ຕ້ອງສາມາດຮັດໄດ້ 4 ໃນ 4:</b>
<input type="checkbox"/> ສາມາດນູ່ເຄື່ອງເອງ (ຮວມທັງສ້າງຂອ້ອນ, ຖົງຕິນ ແລະ ນັດຕິບ) ໃນແບບທີ່ຮູ້ໄດ້ຕາມສິນມາສືນຄວນ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດອາບນ້ຳເອງ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ທີ່ໃຊ້ສະບູ, ປາສະເມີນ, ປາດັບກືນ, ຄືມແຫຼນວດ, ພັດຕະພັນສ່ວນຕົວທົ່ວໄປທີ່ເໝາະສືນກັບຜົດ.
<input type="checkbox"/> ຖຸ້ມຂ້ວງປ່າງສົມ່າສົມ່ນີ.
<b>ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງສາມາດຮັດໄດ້ 3 ໃນ 3:</b>
<input type="checkbox"/> ອາບນ້ຳໃຊ້ທິບປົວ ຫີ້ ອາຫານທຳມະດາປ່າງຄຸນມ່າສົມ່ນີ.
<input type="checkbox"/> ຮັກສົນນີໃຫ້ສະອາດ ແລະ ດຽບຮັບອົບດີ.
<input type="checkbox"/> ບຸ້ມເຄື່ອງກົວບີ່ເຄື່ອງນູ່ສະອາດຕາມສິນມາສືນຄວນ.
<b>ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງສາມາດຮັດໄດ້ 4 ໃນ 6:</b>
<input type="checkbox"/> ສາມາດອ່ານບັນຍາ ແລະ ໄກສະບັບວ່າເຄື່ອງແນວໄດ້ທັກແຫ້ງ, ຂັກດ້ວຍມີ, ແລະ ຂັກດ້ວຍຈັກ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດເລືອກເຄື່ອງ ແລະ ເຄື່ອງຮັກຈັການບ່ອນຂ້າງເຄື່ອງໄດ້ການໃຊ້ຄຸນທະບູນ, ຜົງຂັກຝອກ, ນ້ຳປາຣັດໃຫ້ອາວົ້ນງປ່າງເໝາະສິນ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດອືບເຄື່ອງໃນຕົກເອີຂເຄື່ອງໄດ້ການໃຫ້ການຕັ້ງທີ່ເໝາະສິນ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ສາມາດຮັດງົບເງິນໄວ້ຮັດຜົນ ແລະ ເລັບແບບຟິສີດ (ຕົວປ່າງ, ດັດ, ເປົ້ນ, ເຮັດເລັບ, ຕໍ່ງໄປ).
<input type="checkbox"/> ສາມາດເລືອດເຄື່ອງ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດຕິດກະດຸມ ແລະ ສ້ອມແປງເຄື່ອງເລັກງົມບັນຍາ.
<b>ຂັ້ນຟິສີດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງສົມ່ນີ 2:</b>
<input type="checkbox"/> ສາມາດຮັກເຄື່ອງກົວບີ່ມີຕາມຄໍາຊັ້ນນໍາປໍາປັບ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກເຄື່ອງນູ່ທີ່ເໝາະສືນສໍາລັບຕົກໆບູກໄອກາດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກເຄື່ອງຊັ້ນຈ່າປິດປະມານຂອງການຂັກແຫ້ງ ແລະ ສາມາດຈັດຈ່າງການຂັກແຫ້ງ.
<b>ປະເພດ D: ສູຂພາບ</b>
<b>ຂັ້ນຜົນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 5 ໃນ 6:</b>
<input type="checkbox"/> ສາມາດໄຂແນວບັນຈຸທີ່ໃຫ້ເດັກນ້ອບປີໄດ້.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າບໍ່ກິນປາຂອງຜູ້ອື່ນ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າປາ, ເຫຼັ້າ ແລະ ປາສູບສາມາດເປັນອັນຕຽບຕໍ່ສູຂພາບຂອງທ່ານ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກນັກສ່ວນຂອງຮາງກາບ ແລະ ການທຳມານທາງຜົດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າການນິຈຸກຕິດຂັ້ນແບບໃດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີ ແລະ ບ່ອນໄປປິບປິບສູຂພາບແບບສຸກເສີນ.
<b>ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 4:</b>
<input type="checkbox"/> ສາມາດຮູ້ ແລະ ອະທິບາຍອາການໄຫ້ວັດ, ໄຫ້ວັດໃຫ້ປ່, ແລະ ບັນຫາສູຂພາບທີ່ໄວ້ໄປອື່ນງ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າຈະຮັດປ່າງໄດ້ສໍາລັບການບາດເລັກນ້ອບ, ການໃໝ່ເລັກນ້ອບ, ສັງນປັກ.
<input type="checkbox"/> ເຊົ້າໃຈຄວາມສ່ຽງຂອງການນິຈຸກ ແລະ ພະບາດຈາກຜົດສຳພັນ.
<input type="checkbox"/> ເຊົ້າໃຈຄວາມສ່ຽງຂອງການຕິດປາ ແລະ ເຫຼັ້າ.
<b>ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 9 ໃນ 13:</b>
<input type="checkbox"/> ສາມາດແທກຄວາມຮອນຂອງຕິນເອງໄດ້ການໃຊ້ເຄື່ອງແທກທາງປາກ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດຝະບານຕິນເອງເລັກເປັນໄຫ້ວັດ ຫີ້ ໄຫ້ວັດໃຫ້ປ່.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກໃຊ້ປ່າງຖືກຕ້ອງ "ປາທີ່ວ່າງວານນິກາຮ້າ" ສໍາລັບອາການປົກ, ເຈັກເພາະ, ທ່າຍທ້ອງ, ໄຫ້ຈັງຮອນ, ໄຫ້ວັດອາການແຜ້.
<input type="checkbox"/> ສາມາດໃຫ້ຫາທ່ານໝໍ ຫີ້ ພໍມືວັດຂ້າວ ແລະ ຈັດວັດອາການນັດໝາຍ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດອ່ານປັບປຸງປາການໃຫ້ປ່າງຖືກຕ້ອງ ແລະ ປະຕິບັດຕາມຄໍາຊັ້ນ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດກິນປາໄດ້ນີ້ມີການຄວບຄຸມກໍາກັບ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີໃຈ້ສື່ທີ່ມີຢູ່ນໍາຄຸປະກອນປະບາຫານຂັ້ນຕົນ First Aid Kit.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີເຄົາສໍານັບທີ່ມີກັ້ນສ່ວນຕົວ ແລະ ປະຫວັດກ້ານປະບາຫານ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີການຂອງການຄຸນກຳນົດ ແລະ ການຫາເຈົາຄຸນກຳນົດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີປິ່ງກັນຕໍ່ການຂອບຂາບເຕື້ອໄຮກຈາກການຮ່ວມຜົດ.
<input type="checkbox"/> ໄດ້ລືອກຄວາມສໍາຄັນຂອງປະກັນໃນພະຍານານ.
<input type="checkbox"/> ເຊົ້າໃຈຄວາມສໍາຄັນຂອງປະກັນໃນພະຍານານ.
<b>ຂັ້ນຟິສີດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງສົມ່ນີ 2:</b>
<input type="checkbox"/> ເຊົ້າໃຈເລື່ອການຄົດຄວາມຮັບອົນ, ອອກແຮງ, ການລັບກິນປ່າງຕິ, ແລະ ມາຕາການປ້ອງກັນສຸຂາບອື່ນງ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າມາດໃດສິນຄວນຕ້ອງໄດ້ໄປເຫັນສູກເສີນ ແລະ ເລົາຮັດການນັດໝາຍທ່ານໝໍ ຫີ້ ໄຮງໝໍປະຈຳຄອບຄົວ.
<input type="checkbox"/> ມີປະກັນໃນພະຍານານແລ້ວ.

ປະເທດ E: ວຽກເຮືອນ

ຂໍ້ມູນທານ - ຕ້ອງຮັກຈັກ 3 ໃນ 4:

- ສາມາດລັກຖຸວະໄດ້ເປັນປ່າງດີໂດຍການໃຊ້ສະບູ ແລະ ນໍາຮັກອນ.
  - ສາມາດປ່ຽນຄອກໄຟໄດ້.
  - ສາມາດແປງບ່ອນນອນໄດ້.
  - ຮັກຈາວິທີນິຍົນຂ່າຍບ້ອ.

ขั้นตอน - ตัวอย่าง 3 ใน 5:

- ສາມາດໃຊ້ຈັກດຸດົມປ່າງຖືກຕ້ອງ ແລະ ປິ່ນຕົງ.
  - ສາມາດປູ່ນຜ້າປູ່ນໆ.
  - ຮັກການປົ້ງກັນເວລາງຕ່າງນ້ຳ ແລະ ຫົວສ່ວນທ່າຍຕົນ.
  - ຮັກກວົດທີ່ປັດເນີນໆ ແລະ ແຂ້າໄດ, ລ້າງພື້ນທີ່ເຕັດດັບປະນັກ ແລະ ແຜ່ນປາງ, ລ້າງປ່ອງປົງ, ປັດຂຶ້ນ, ຜັດເຄື່ອງເຮືອນ, ລ້າງທ້ອງນ້ຳ, ລ້າງອ່າງນ້ຳ ແລະ ອ່າງລ້າງໝໍາ.
  - ຮັກພື້ນເຕັດກັບຄວາມສະອາດທີ່ເພົ່າງສົນ ເພື່ອໃຊ້ຮັກກວົດກວາດຄວາມສະອາດແບບຕາງກັນ.

๒๑/๗๙ - ๕/๘/๖๕

- ລັກແປງຕົວສ່ວນທ່ານເນັດຂາໂລ.
  - ລັກໃຊ້ແນວບໍ່ ໃຫ້ທົວສ່ວນທ່າຍ ຫີ້ ອ່າງນ້ຳເຄົາຕັນ.
  - ສາມາດຮັດໃຫ້ຕູ້ເປັນລະລາບ, ຖ້າຈຳເປັນ.
  - ສາມາດຮັດຄວາມສະອາດຕິໃຟ.
  - ລັກຮັກສາພະລັງໃຟ ແລະ ນັ້າ.
  - ເຮັດຄວາມສະອາດຮັດໂອນຕາມີປົກກະຕິ ເຜື່ອຮັກສາຮັບອຸນໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາບສະອາດຢ່າງສົມມາສົມຄວນ.
  - ໃຊ້ລັ້ນຫັກ ແລະ ທ້າອ້ານຸ້ມັດຄືອ້າທີ່ເໝາະສົມກັບການມັນຂອງ.

๒๑๖ - ຕົ້ນກັບຢ່າງຫຼັມ ៣



## ປະເຜດ F: ເຮືອນປ່ອງໄສ

ວິຊາ - ຕອກຮັບ 2 ໃນ 2:

- ເຊິ້ນໃຈແນວທາງຂອງການເຊົ່າ.  
 ຮັດໃຫ້ປະກວດຕ່າງໆໄສກວສິນ.

ວິທາ - ຕົກລະ 3 ? 11 4:

- ສາມາດອ່ານບັນໄລສອນຕ້ອງການບໍອນເປົ້າຫວ່າງ.
  - ເຊົ້າໃຈສັບພື້ນຖານ (ເຈົ້າ, ຊ່ວງເຫັນເຈົ້າ, ນັກໄຟ, ຫ້ອງສະຕິຄິໂລ, ປະສິດທິພາບ, ເງິນຄ້າປະກັນຄວາມປອດໄພລ່ວງໜ້າ, ບໍອນຮ້າງອີງ, ຕໍ່ງໄປ.)
  - ສາມາດຄືໄລ້ຄ່າໃຈຈໍາບໍານເຮືອນປະເພດຕ່າງໆ.
  - ສາມາດອ່ານທຶນຂາຍການເຫັນດີ ແລະ ບໍ່ເຫັນເຫຼືອກາການເຄືອກຜົມມາປ່ຽນ.

ວິຊາ - ຕ້ອນດີ 6 ໃນ 9:

- ສາມາດໄຈ້ແບກປະເຜດຂອງເຮືອນ ສຶ່ງເຂົ້າຫຼຸ່ມໃນງົບປຳນາ ແລະ ຖືກກັບຄວາມຕ້ອງການເຮືອນປະຈຸບັນ.
  - ສາມາດຄິດໄລ່ "ເລີ່ມ" ຄ່າໃຊ້ຈ່າປ່າ (ເງິນລວງໝໍາຄ່ານ້ຳຄ່າໄຟ, ຄ່າຕິດຕັ້ງ, ເງິນຄໍາປະກັນຄວາມປອດໄພລວງໝໍາ, ຄ່າເຈົ້າເດືອນທຳອິດ, ຂັ້ນເອົ້າໂຈງເຮືອນ ແລະ ເຄື່ອງຂອງໃຊ້ໃນເຮືອນທັງໝົດອື່ນໆ).
  - ສາມາດປະກອບທຳຮ້ອງເຊື້ອງເຮືອນໄປໄດ້.
  - ສາມາດຖາມຜູ້ໃຫ້ຊຳກ່ຽວກັບຫ້ອງແຫຼວໜ້າທີ່ມີຢູ່ ເພື່ອສ້າງຄວາມຕ້ອງການຂອງເວົາເຈົ້າລືບໆ.
  - ຮັ້ງສໍາຫວຼດເປົ້າຫ້ອງແຫຼວໜ້າເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈຈ່າຍໃຫ້ເອົາຂັ້ນທີ່ຖືກຕ້ອງໃຫ້ກ່ຽວກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງເວົາເຈົ້າລືບໆ.
  - ວ່າງສໍາຫວຼດເປົ້າຫ້ອງແຫຼວໜ້າ ແລະ ວ່າຜູ້ໃຫ້ເຈົ້າໄດ້ເອົາຂັ້ນທີ່ຖືກຕ້ອງໃຫ້ກ່ຽວກັບຫ້ອງແຫຼວໜ້າ ແລະ ລົນຢູ່ໃກ້ຄຽງກັນ.
  - ສະແດງຄວາມຫ່ວງໃບນໍາທຶນຂອງຜູ້ຢູ່ອື່ນໆທີ່ກ່ຽວກັບຫ້ອງແຫຼວໜ້າ ແລະ ສຽງດັກ.
  - ເຕົ້າໃຈທີ່ມີສະຫຼອນ ຕ້າບໍ່ນັ້ນຖືກສືບຂອງຜູ້ຢູ່ອື່ນ.
  - ເວົາໃຈຄວາມກ່ຽວພັນຂອງເງິນຄໍາປະກັນຄວາມປອດໄພລວງໝໍາ.
  - ຮັ້ນທີ່ຂອງເຕົ້າຂອງບ້ານ.

๒๑๖ - ตํอกรักป่าบัญ ๒

- ສະແດງໃຫ້ເຫັນຄວາມສາມາດທີ່ຈະເວົ້າກັບຜູ້ບູ້ອື່ນ ແລະ ດັ່ງຂອງບັນໄດ້.
  - ຮັ້ງກວິທີ່ຄວາມຊັບເຫດລື້ອ ຖ້າມີການບັດແບ່ງນັ້ນເຈົ້າຂອງບັນ.
  - ສ່ວນລົດອີງການເລີ່ມຕົ້ນເຫດລື້ອດ້ວຍສາກົນຕີ່ວັນຄ່ອນເກີ້ດ້ວຍໆໄປ.

ປະເທດ ປະຊາທິປະໄຕ

ప్రాణి క. రామానుజ

- សំណងជាន់ - ចេញក្នុង ៣ ម៉ោ ៦:

<b>ປະເພດ G: ການຂົບສິ່ງ (ຕໍ່)</b>
ຂັ້ນຜົນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 6: (ຕໍ່)
<input type="checkbox"/> ເຮົາໃຈ ແລະ ໃຊ້ສາບຮັດບ່ອນນັ່ງ. <input type="checkbox"/> ຄຸນຄືບໜັກທານຂົນສົງສາຫະນະຫຼຸກປະເບດທີ່ມີຢູ່. <input type="checkbox"/> ຮູ່ປັບຮົດມີທີ່ໃຫ້ກີ່ສຸດກັບຮົດນອງທ່ານ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່ານ່ວນທີ່ເກີ່ມໄຈຈ່າຍຄ່າຮົດມີ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່ານ່ວນໃກ້ທີ່ສຸກທີ່ມີການບໍລິການຮົດມີ.
ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 6:
<input type="checkbox"/> ຮັ້ງເມີນສະຫຼັອນຂອງການຂົບຮັດບໍ່ມີໃບຂັ້ນຂຶ້ນ ແລະ ປະກັນໄຟ. <input type="checkbox"/> ອຽນຈົບຫ້ອງຮຽນຂົບຮັດປ່າງສໍາຮັດຜົນ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່ານ່ວນໃດສານ ແລະ ໃຫ້ຂຸ້ນຸ່ມທີ່ຕ້ອງການ. ຮັ້ງກວ່າໄດ້ປະມານຂອງການຂົບຮັດໄດ້ສານ. <input type="checkbox"/> ຖ້າໃຫ້ຄໍາອື້ນນຳ, ກໍ່ສາມາດຂົບຮັດໃຫ້ກີ່ສຸດກັບຮົດນອງທ່ານໄດ້ທ່ານລາຍບ່ອນ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່າກຳນົດໃຫ້ຈ່າບເງິນໃຫ້ຜ່ານແນ້ງທີ່ເຮັດຄ່າວິນສິ່ງໃຫ້ນັ້ນຄືນ. <input type="checkbox"/> ສາມາດບອກທິດທາງ.
ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ສາມາດຈັດແຈ້ງການຂົນສົງປະຈຳໄປເຮັດວຽກ ຫີ້ ໄຮງຮຽນ. <input type="checkbox"/> ຮົວ່າຕ້ອງນີ້ຮັງແດດໆຜື່ອເອົາໃບຂັ້ນຂຶ້ນ. <input type="checkbox"/> ມີໃບຂະນຸບາດຂັ້ນຂຶ້ນ. <input type="checkbox"/> ສາມາດປັບປຸງຮົດຖືບ. <input type="checkbox"/> ສາມາດອ່ານແຜນທີ່.
ຂັ້ນພື້ນສົດ - ຕ້ອງຮູ້ 2 ໃນ 3:
<input type="checkbox"/> ຮູ່ທີ່ບໍ່ໄວຮະບັດຂັ້ນຜົນຖານ. <input type="checkbox"/> ສາມາດກະຈ່າຈ່າບໃນການເປັນເຈົ້າຂອງ ແລະ ໃຊືດສໍາລັບນີ້ເດືອນ/ ປີ ລວມທັງຄ່າປັບປຸງ ແລະ ປະກັນໄຟ. <input type="checkbox"/> ມີໃບຂັ້ນຂຶ້ນ.
<b>ປະເພດ H: ແຜນການສຶກສາ</b>
ຂັ້ນຜົນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 2 ໃນ 2:
<input type="checkbox"/> ມີທັນສະອັນແດ້ຈົງຂອງໄອກາດທີ່ຈະຈົບໄຮງຮຽນນັ້ນທີ່ມີ. <input type="checkbox"/> ຖ້າການຈົບໄຮງຮຽນນັ້ນທີ່ມີເປັນຈົງບໍ່ໄດ້, ກໍ່ໄຫ້ເອົ້າໃຈວ່າ GED ແມ່ນຫຼັງ ແລະ ຮັ້ງກວິທີເອົາ.
ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 4:
<input type="checkbox"/> ສາມາດປະກອບໃບຝອມຈົດຊື້ເຈົ້າໄຄງ່ການໆສຶກສາ. <input type="checkbox"/> ມີແຜນລົດທີ່ວ່າປ່ວກຫ້ອງການສຶກສາແບບໃດສໍາລັບງຽກທີ່ລາວຕ້ອງການ. <input type="checkbox"/> ສາມາດເປົກສາຫາລືແຜນການສຶກສາ/ ອາຊີບ ກັນນາຍຄຣຸ/ ທີ່ປຶກສາ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່າຂຸ້ນຸ່ມການສຶກສາທີ່ມີຢູ່ໃນຊຸມຊົນ.
ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 6:
<input type="checkbox"/> ຮັ້ງເອົາໃບສຳເນົາໄຮງຮຽນ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງ ຄຣດິດ ການຮຽນປະຈຸບັນ ແລະ ທີ່ຕັ້ງ. <input type="checkbox"/> ມີແຜນການສຶກສາທີ່ເພົ່າມະສົມສໍາລັບງຽກທີ່ເລືອກ. <input type="checkbox"/> ເຈົ້າໃຈການສຶກສາ/ອິຊາທີ່ຕ້ອງການ ສໍາລັບງຽກທີ່ເລືອກ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່າໃຊ້ຈ່າບການສຶກສາຂັ້ນສູງ/ ການຝຶກຫັດອາຊີບ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວ່າຄວາມແຕກຕ່າງຮະຫວ່າງການຢືນ ແລະ ເງິນຊ່ວຍຫຼືອ.
ຂັ້ນພື້ນສົດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງນັບ 3:
<input type="checkbox"/> "ເຄາະຊອກຫາ" ເພື່ອໃຫ້ມີບໍ່ບ່ອນສຶກສາທີ່ກີ່ທີ່ສຸດ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງບ່ອນພົບ ແລະ ວິທີເວົາຫາການສຶກສາຕູ້ຫັບໆ ຫີ້ ການສຶກສາຕູ້ຫັບໆ ຫີ້ ການຝຶກວິຊາຮູບໝູ່ໃນຊຸມຊົນ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງກວິທີ່ເອົາເງິນຊ່ວຍຫຼືອ ທີ່ເປົກສາສໍາລັບການສຶກສາເພີ່ມຕົ້ນ. <input type="checkbox"/> ເຈົ້າໃຈຕົ່ງຄວາມຄາດຫວັງໃນພາຍນ້າ ແລະ ມາຕຖານການຢູ່ກິນທີ່ອາດມີທີ່ກ່ຽວພັນກັບລະດັບການສຶກສາ ແລະ ວິຊາສະເພາະ. <input type="checkbox"/> ສາມາດຊັບອກການມີວັນລະຫວ່າງວິຊາອົງຮຽນ ແລະ ເປົ້າໝາບວິຊາຊີບ.
<b>ປະເພດ I: ວິຊາອຸກຫຼາຍ</b>
ຂັ້ນຜົນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 2 ໃນ 2:
<input type="checkbox"/> ມີແຜນລົດສົມເຫດສົມເປັນຂອງປະເພດອົງຮຽນທີ່ມີສໍາລັບລາວເອງ. <input type="checkbox"/> ຮັ້ງເງິນເດືອນຕໍ່ສຸດແມ່ນຫຼັງ.
ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ສາມາດປະກອບໃບຝອມຊື້ເຈົ້າຮັດວຽກແບບມາຕາຖານ. <input type="checkbox"/> ສາມາດອ່ານໃປໂຄສະນາທີ່ຕ້ອງການ ແລະ ພົບທາງນຳອັນເພົ່າມະສົມ. <input type="checkbox"/> ສາມາດເຮັດການສໍາພາດຫລັ້ນ ໃຫ້ຄໍາຕອບທີ່ເພົ່າມະສົມຕໍ່ຄໍາຖາມທີ່ອາດເປັນໄປໄດ້. (ເບິ່ງໝໍາຕໍ່ປີ)

<b>ປະເພດ J: ວິຊາອາຄວຸງກ (ຕໍ່)</b>
ຂໍ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 5: (ຕໍ່)
<input type="checkbox"/> ສາມາດຮັດການນັດໝາຍສໍາລັບການສໍາພາດວຽກ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກເງື່ອງເຈື້ອງໃຫ້ເຫັນສົມສໍາລັບການສໍາພາດ.
ຂໍ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 6 ໃນ 8:
<input type="checkbox"/> ສາມາດຂຽນປະຫວັດທີ່. <input type="checkbox"/> ໄດ້ປະກອບທຳກ່າວເຮັດວຽກ/ ເຈົ້າປະຫວັດຄວາມຈີງໄປສໍາພາດວຽກ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກກະຕຸມສໍາລັບການສໍາພາດວຽກ. <input type="checkbox"/> ສາມາດຮັດການສໍາພາດວຽກໄດ້ຄືບ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກນັ້ນທີ່ຂອງ ແລະ ສາມາດຕິດຕົງການຂອງວຽກສາຫະລະນະ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກນັ້ນທີ່ຂອງ ແລະ ເວົ້າໃຈວ່າອົງການຊອກວຽກເອກະພາບຂຶ້ນກັບຄ່າ. <input type="checkbox"/> ສາມາດຊັ້ນອາກໃບໃຄສະນາທີ່ອົງການຊອກວຽກເອກະພາບຂຶ້ນຕິດໄວ້. <input type="checkbox"/> ສາມາດຕິດຕົ້ນຜົນການຊອກວຽກຂຶ້ນກັບຄ່າ.
ຂໍ້ນພື້ນດັບ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໜ້ອຍ 2:
<input type="checkbox"/> ມີໃຫປະຫວັດທີ່. <input type="checkbox"/> ສາມາດຕິດຕາມການສໍາພາດດ້ວຍໜັງສື. <input type="checkbox"/> ສາມາດຊັ້ນຈຳເປັນດີຂອງວຽກນີ້ຕໍ່ວຽກເນື້ນໄດ້ປ່າງຄົບຫ່ວມ. <input type="checkbox"/> ເວົ້າໃຈການຈຳແນນກຳດັນກົດໝາຍ ແລະ ບ່ອນຊອກຫາຄວາມຊ່ວຍ ຖ້າຖືກຈຳແນນກໃສ່ປ່າງຜົດກົດໝາຍ.
<b>ປະເພດ J: ວິຊາຮັກສາວຽກໄວ້</b>
ຂໍ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 4:
<input type="checkbox"/> ບຸ້ງເສື່ອງໄປຮັດວຽກປ່າງໝາຍເສີມ. <input type="checkbox"/> ລາບງານໄຕຮັດວຽກຕາມເວລາ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກຄວາມຮັບເພີດອອນວຽກງານ ແລະ ວິທີປະຕິບັດນັ້ນທີ່ວຽກງານ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກຕິດຕໍ່ຫານາບຈັງເນື້ນຂໍສາມາດໄປຮັດວຽກໄດ້.
ຂໍ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 4:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກອ່ານລັ້ນຊັກຈ່າຍເງິນ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີທາງທີ່ເພົາະສົມເນື້ອເວົ້າກັບຜູ້ຄວບຄຸມ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກຄວາມປັດແປບໃດ ຈະໃຫ້ຄົນຖິ່ນໄລ່ອ່ອກໃນທັນໃດ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີຂໍຄວາມຊ່ວບຫລືອ ຖ້າມີບັນຫາດ້ານວຽກງານ.
ຂໍ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່ານີ້ສິດໄດ້ຮັບການພັກເວລາຈັບເປັນ, ໄປພັກ, ຫລື ເວລາສ່ວນຕົວຫລືບໍ່. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າວິທີການຮັດວຽກແມ່ນຫຼັງ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກຈະຮັດປ່າງໃດ ເພື່ອໃຫ້ໄດ້ເງິນຫັ້ນ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ບ່ອນ ແລະ ເວລາບໍ່ຄວນລົມກັນ. <input type="checkbox"/> ມີແຜນວັດການຄວາມໃຈຮ້າບເວລາໃຈຮ້າບໃຫ້ຜູ້ຄວບຄຸມ, ຜູ້ຮັດວຽກນຳກັນ, ຫລື ຜູ້ປິຣີໄຟກ.
ຂໍ້ນພື້ນດັບ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໜ້ອຍ 3:
<input type="checkbox"/> ສາມາດປະຕິບັດແຜນການຈັດການຈັດຄວາມໃຈຮ້າບໃນຫອຍງົກລົມນີ້. <input type="checkbox"/> ຮູ້ວິທີຂໍວິທີການຮັດວຽກຂອງເຈົ້າສັດ ເພື່ອແກ້ໄຂຂ້າຂັດແບງ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ "ນະໃບບາຍທີ່ບໍ່ເປັນລົບອັກສອນ" ອອງບໍຣິສັດ ແລະ ສາມາດປະຕິບັດນັ້ນທີ່ນຳໄດ້. <input type="checkbox"/> ຮູ້ວິທີຂໍຂັດແບງ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກຈະເປັນປ່າງໃດເພື່ອໃຫ້ນີ້ສິດເລືອນຮັ້ນ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ສິດຕາມກົດໝາຍຖານເປັນຄຸກຈັງ.
<b>ປະເພດ K: ວິຊາສູກເສີນ ແລະ ຄວາມປອດໄພ</b>
ຂໍ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກນັ້ນທີ່ຂອງຕ່າງໆ, ຮົດໃຈງໍໝໍ ແລະ ກົມດັບເຜິງ. ສາມາດຮັດວຽກຕ່າງໆໂດຍກົດຄວາມໃຫ້ກົງຕ້ອງ. <input type="checkbox"/> ໄດ້ຮັບການເປົ້າແນວໃຫຍ່ຂອງບໍ່ມີກຳນົດໃຫຍ່. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີທີ່ຖືກຕ້ອງໃນການມັນວັດຖຸທີ່ ເປັນຄວັນ, ຖ້າເກີດຄວັນ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກເປີດໂອກ ແລະ ເປີດລ່ອກປະໜຸງ ແລະ ປ່ອງຢູ່ມ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກກວດເບີງເສື່ອງສັນບານໃຟ້າມ້າຍ ແລະ ວິທີປົງຖານ.
ຂໍ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ເວົ້າໃຈການປ້ອງກັນໄຟຂໍ້ນພື້ນຖານ (ບໍ່ສູບປາໃນຕຽງນອນ, ໃຊ້ຄົາແກສ ໃຫ້ຄວາມຮັບອັນດັບກົດກົດໄຟ). <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວິທີໃຫ້ເສື່ອງມອດໃໝ່. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈັກວ່າການໃຫ້ເສື່ອງຂັ້ນທີ່ຖືກຕ້ອງນັ້ນສາມາດພາໃຫ້ເກີດໄຟໄດ້. <input type="checkbox"/> ສາມາດຮັກກິນແກສຮົວ. (ເບີງນັ້ນທີ່ໄປ)

<b>ປະເພດ K: ວິຊາສຸກເສີນ ແລະ ຄວາມປອດໄພ. (ຕໍ່)</b>
ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮັກ 3 ໃນ 5: (ຕໍ່)
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳກວ່າຈະເຮັດຫຼັງ, ແລະ ຈະໃຫ້ທາໃຜ ຖ້າລາວໄດ້ກື່ນແກສຄວ.
ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮັກ 2 ໃນ 3:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳວິທີຕ່າງໆໃນການມອດໄປແຕ່ລະປະເພດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳວິທີມັນຍຸນວັດຖະອາດໃຫ້ບ່າງຖິ່ນຕ້ອງ.
<input type="checkbox"/> ມັກຈະສາມາດຂັ້ນໂກໄດ້ວ່າງວອກໄດ້ທີ່ຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍດ້ານພະຍານາອາຊີບ.
ຂັ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮັກ 2 ໃນ 2:
*ເຢັວະຊີນອາດມີບັດຂອງວິຊາເຈົ້າ, ແຕ່ການເຮັດວຽກຂອ່ຍໃໝ່ໄດ້ນັ້ນເປັນສິ່ງສໍາຄັນ. ການຕີ່ຣາຄາຄວນຕີເຈົ້າຕາມວິທີແວດຕ່າສຸດບ່ອນທີ່ເວົາເຈົ້າເຮັດວິຊານັ້ນໄດ້.
<input type="checkbox"/> ຈົບການຝຶກຫັດ First Aid (ພະຍານຂັ້ນຕົ້ນ).
<input type="checkbox"/> ຈົບການຝຶກຫັດ CPR.
<b>ປະເພດ L: ຮູ້ຂໍ້ມູນໃນອຸນອຸນ</b>
ຂັ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮັກ 4 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳວິທີເຈົ້າຂໍ້ມູນສຸກເສີນທາງໄທຮະສັບ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳຜູ້ຕິດຕໍ່ຫາ ຖ້າເກີດບາດຈັບ ຫລື ເຈັບໄຮ້.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳບ່ອນຢູ່ໃກ້ທີ່ສຸດຂອງຕາດໃຫຍ່ ຫລື ເຂດຂີ້ເຄື່ອງ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳວິທີໃປຫາບ່ອນອາຫານ ແລະ ບ່ອນຢູ່ສຸກເສີນ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳວິທີໃຊ້ສາປັນອັນຕຽບ.
ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮັກ 3 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳບ່ອນຢູ່ອູ່ບ່ອນຂັ້ກເຕືອງທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳບ່ອນຢູ່ທະນາຄານຂອງຕົນ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດໃຊ້ບົ້ນໃຕຣະສັບສັນເລືອງເພື່ອອອກຂ່າວ້ອ້ມູນ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳບ່ອນຢູ່ຫຼັງການ CSO ທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳບ່ອນຢູ່ຫຼັງການໄປສະນີທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ ແລະ ວິທີໃຊ້ນັ້ນ.
ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮັກ 3 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ຮູ່ຈຳຈະຕິດຕໍ່ຫາໃຜ ຖ້ານັ້ນໄຟຖືກຫັດ, ຫລື ອາບຮອນບໍ່ມີ.
<input type="checkbox"/> ຮູ່ບ່ອນ ແລະ ວິທີຈົດຊື່ເວົາເປັນທະຫານ.
<input type="checkbox"/> ຮູ່ບ່ອນຢູ່ຂອງຫຼັງການຊອກວຽກທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດເຈົ້າສ່າເນົາໃບຢາຫາ ແລະ ສໍາເນົາບັດໄຊໄຊ.
<input type="checkbox"/> ມີຄວາມຮັບຮູ່ບ່ອນ "ຊຽວຂານພື້ນຖານ" : ການປຶກສາໄຮກຈົດ, ການປຶກສາຜູ້ບໍ່ໃປກ, ໄຮງໝໍນັ້ນອະ VD, ຫ້ອງການຊ່ວຍບໍລິຄວາມຮັບຮູ່ບໍ່, ການຄວບຄຸມຮັບຮູ່ບໍ່, ບ່ອນຫັ້ນສາຫະຮະນະ, ຕໍ່ໄປໄປ.
ຂັ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮັກ 2:
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳວ່າຜູ້ແທນທີ່ຖືກເລືອກແມ່ນໃຜ ແລະ ວິທີຕິດຕໍ່ຫາເຈົ້າ.
<input type="checkbox"/> ໄດ້ບັດທີ່ສຸດ.
<input type="checkbox"/> ຮູ່ວ່າຫຼັງການປັບປຸງທຸຮະກິດເຮັດຫຼັງ ແລະ ວິທີຕິດຕໍ່ຫາເຈົ້າ.
<b>ປະເພດ M: ວິຊາສັນພັນລະຫວ່າງບຸກຄົນ</b>
ຂັ້ນພື້ນຖານ - ຕ້ອງຮັກ 5 ໃນ 5:
<input type="checkbox"/> ສາມາດຕອບການແນະນຳ ແລະ ຕອບຄໍາຖາມງ່າຍໆ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດຂັ້ບອກໝູ່ຜູ້ບໍ່.
<input type="checkbox"/> ແນນສາບຕາຜູ້ອືນ ແລະ ຈັນມີ ຖ້າຜູ້ອືນດີເຫັນ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດ "ເວົາເລັກນັ້ນ" (ໜ້າຕໍ່ໜ້າ).
<input type="checkbox"/> ປ່າງນັ້ນອັບແຕ່ອາຫຼິດເວົາກັບຜູ້ບໍ່.
ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮັກ 4 ໃນ 6:
<input type="checkbox"/> ສາມາດຮັດການແນະນຳ, ລວມທັງເຈົ້າຫາຜູ້ອືນເພື່ອແນະນຳໄດ້ໂອງ.
<input type="checkbox"/> ຮູ້ເຊື່ອງຂອບເຂດ.
<input type="checkbox"/> ບໍ່ເປັນອັນຕຽບຕໍ່ຜູ້ອືນ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດຂໍອ້າຄາຄວາມຊ່ວຍບໍລິຄວາມ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດຂໍທີ່ບາບຄວາມຮູ້ສິກ.
<input type="checkbox"/> ສາມາດຂັ້ບອກສາບພົວພັນທີ່ອາດເຈັບປວດ ຫລື ເປັນອັນຕຽບ.
ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮັກ 8 ໃນ 13:
<input type="checkbox"/> ສາມາດຂັ້ບອກຄວາມເຂັ້ມແຂງ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການສ່ວນຕົວ (ດ້ວຍການຊ່ວຍບໍລິຄວາມ ຖ້າຈຳເປັນ).
<input type="checkbox"/> ຮັບການເຊີນຈາກຜູ້ອືນ ເພື່ອເຂົ້າຮ່ວມກິ່ງກັນສັງຄົມ.
<input type="checkbox"/> ຕິກອີງກັບເນື່ອນປຸງສໍາລັບກິ່ງກັນສັງຄົມ. (ເບື່ງໜ້າຕໍ່ໄປ)

## ປະເຜດ M: ວິຊາລະຫວ່າງບຸກຄົນ (ຕໍ່)

### ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 8 ໃນ 13: (ຕໍ່)

- ຮູ່ບ່ອນເຄົາວາມຊ່ວຍເຫຼືອ ຖ້າບໍ່ສາມາດແກ້ໄຂຄວາມຂັດແຍ່ງລະຫວ່າງບຸກຄົນໄດ້ກ້ອບຕິມເອງ.
- ມີຄວາມສາມາດຫວ່າງປ່າງ ເພື່ອແກ້ໄຂຄວາມຂັດແຍ່ງລະຫວ່າງບຸກຄົນ.
- ຫລືກເວັ້ນຄວາມຮຸນແຮງດ້ານທ່າງການ ສໍາລັບການແກ້ໄຂຄວາມຂັດແຍ່ງລະຫວ່າງບຸກຄົນ.
- ໄດ້ຮັບການເປີກສອນວິທີປະຕິເປັນວ່າ "ບໍ່" ທີ່ເພື່ອນຟູ່ຜູ້ທີ່ພະບາຍານຮັກຊວງໃຫ້ລາວເຮັດສິ່ງທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ.
- ສາມາດພັດທະນາແຜນການຕົວຈິງຕາມຂັ້ນຕອນເພົາມສົມທີ່ບໍ່ອກໄວ ເພື່ອສໍາເລັດເປົ້າມາຍ.
- ສາມາດປະຕິບັດແຜນການກັບການຂ່ອຍເຫັນຢ່າງປ່າງທີ່ຈັກໃຫ້.
- ສາມາດອະນຸຍາບເປັນອອກມາ "ດີທີ່ສຸດ" ຖ້າປະຕິບັດເປົ້າມາບສໍາເລັດ ແລະ ຜົນອອກມາ "ທີ່ບໍ່ດີທີ່ສຸດ" ຖ້າປະຕິບັດເປົ້າມາບປໍ່ໄດ້.
- ສາມາດອະນຸຍາບເປັນຄວາມສໍາພັນລະຫວ່າງການກະທິ ແລະ ຜົນສະຫຼວນ.
- ມີທ່າງການກົນຢູ່ນິຕະ "ດີ" (ສາມາດເຊື້ອນິດ, ສ້ອນ, ບ່ວງ, ຜ້າເຊັດເນີ້ນ ບ່າງເພົາມສົມ).
- ຫລືກເວັ້ນການເປົວພັນແຜນແຈບປວດ ຫລື ເປັນອັນຕຽບ.

### ຂັ້ນຝຶສັດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໜັຍ 3:

- ຮູ່ຈຳນັນ ແລະ ສະແດງຄວາມໃຈຮັບ ຫລື ຄວາມຮູ້ສຶກປໍ່ດີເຊື່ອງອອກມາປ່າງເພົາມສົມ "ເວົາອອກມາ" ບັນຫາຕ່າງໆ.
- ສະແດງໃຫ້ເຫັນຄວາມສາມາດ ເຕົາ "ບໍ່" ວັນເພື່ອນຟູ່ຜູ້.
- ສາມາດພັດທະນາ ແລະ ປະຕິບັດແຜນການສ່ວນຕົວພື້ນປະຕິບັດເປົ້າມາຍໃຫ້ສໍາເລັດໄດ້ບໍ່ມີການຄວບຄຸມ.
- ສາມາດຄາດໝາຍ, ຈຳກັດໃຫ້ຄວາມຄົດຈາກຜູ້ອື່ນ, ອັນໄດ້ກີ່ເປັນຜົນຮັບອາຄານີ້ພັນກັບການເລືອກທີ່ຫຼັງຍາກ.
- ຮູ້ຈຳວົວຄາ ແລະ ວິທີສຶກສົດໝາຍປີໂປ່ອບໃຈ.
- ສາມາດປົກສາບສໍາພັນ ຫລື ເຕົາ "ລາກຄ່ອນ" ໃນທ່າງແຂງແຮງ.

## ປະເຜດ N: ເຮືອງກິດໝາຍ

### ຂັ້ນັ້ນຖານ - ຕ້ອງຮູ້ 2 ໃນ 2:

- ມີເຄົາໃຫຍ່ສັບຂອງຜູ້ໃຫ້ຜູ້ນີ້ ເພື່ອໃຫຍ່ຫາ ຖ້າຖືກຈັບ ຫລື ຖືກຄະເຮັບກັບ.
- ເວົ້າໃຈຕົ້ວໄປວ່າໜັນໜັງຜິດກິດໝາຍ ແລະ ຜົນສະຫຼວນເປັນປ່າງໃຈ.

### ຂັ້ນກາງ - ຕ້ອງຮູ້ 4 ໃນ 7:

- ຮູ້ຈຳສິດຂອງຕົນ ຖ້າຖືກຈັບ.
- ຮູ້ຈຳນັນທີ່ອ່າງຫຍາຍຄວາມແມ່ນໜັງ.
- ຮູ້ຈຳອາຍຸຕາມກິດໝາຍສໍາລັບຊື່ເຫຼົ້າ ແລະ ປາສູນ.
- ເວົ້າໃຈຄວາມໝາຍຂອງ "ອາຍຸຕາມກິດໝາຍ" ໃນດ້ານສັບກິດໝາຍ (ທ່ານສາມາດເຮັດຫຼັງໄດ້, ແລະ ບໍ່ສາມາດເຮັດຫຼັງໄດ້).
- ຮູ້ຈຳວິທີອ່ານເສັນບາ.
- ມີຄວາມເຂົ້າໃຈວິທີການເຝັ້ງພາວາໃສ.
- ຮູ້ຈຳທີ່ ແລະ ບ່ອນຈົດຊື່ເພື່ອປ່ອນບັດ.

### ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 3 ໃນ 4:

- ຮູ້ຈຳຄວາມນັບພິດຂົດຄົດໃຫ້ຮັບໃຫຍ່ຖຸການຫະຫານ, ຖ້າເປັນຜູ້ຊາຍ.
- ຮູ້ການບໍ່ຮັກການດ້ານກິດໝາຍບໍ່ໄດ້ເສັງຄ່າທີ່ມີຢູ່.
- ເວົ້າໃຈຜົນສະຫຼວນຂອງການເຊັນສັນບາ ຫລື ສັນບາເຈົ້າ.
- ຮູ້ການລົງໃຫດດ້ານກິດໝາຍສໍາລັບທັງໝົດຕໍ່ໄປນັ້ນ:
  - ຂີ້, ອອບຄອງ, ຂາບ, ແລະ ສູບຂາ ແລະ ປາອື່ນໆ
  - ຂາບ ແລະ ດື່ມບັງ ແລະ ເຫຼັ້າອາຍຸບໍ່ເຕິງກະສຽນ
  - ລວງລາເຈົ້າເວັດແດນຂອງຜູ້ອື່ນ
  - ລັກອ່າງຈາກຮັນດັກ
  - ຂະໄມ
  - ມີຂຸສົມທີ່ຖືກລັກນາໄວ້ອອບຄອງ
  - ລະເມີດກິດຈະຮາອນ

### ຂັ້ນຝຶສັດ - ຕ້ອງຮູ້ປ່າງໜັຍ 2:

- ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າເປັນພິດເອງດີ ແລະ ເວົ້າໃຈສິດ ແລະ ນັ້ນທີ່ຂອງມີຄົນເມືອງ.
- ໄດ້ຈົດຊື່ປ່ອນບັດລືອກຫຼັງ.
- ຮູ່ບ່ອນໄປ່ປ່ອນບັດ.
- ຮູ່ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງ "ໄຫດຖານໜັກ", "ໄຫດຖານເປົາ" ແລະ "ການລະເມີດ".

## ປະເຜດ O: ຖືພາ, ການເປັນຝ່າຍ ແລະ ການດູແລດັກ

### ຂັ້ນັ້ນຖານ/ ຖືພາ - ຕ້ອງຮູ້ 6 ໃນ 6: (ເປົ້າວະຊຸນຫຼຸດປະຕິບັດພາກນີ້)

- ຮູ້ມູນສໍາລັບຄຸນກໍາໄນດີ.
- ຮູ່ບ່ອນຫ້ອງການວາງແຜນຄອບຄົວ.
- ຮູ້ການເລືອກສໍາລັບການຄຸນກໍາເນີດ.
- ຮູ້ການເລືອກສໍາລັບການນິລຸກ. (ເບິ່ງນັ້ນຕໍ່ໄປ)

<b>ປະເພດ O: ຖືພາ, ການເປັນຜົ່ນໆ ແລະ ການດູແລດັກ (ຕໍ່)</b>
ຂັ້ນຜົນຖານ/ ທີ່ພາ - ຕ້ອງຮູ້ 6 ໃນ 6: (ເບີວະຂຸນທຸກຄົນປະຕິບັດພາກນີ້) (ຕໍ່)
<input type="checkbox"/> ຮູ້ຂັ້ນຕາບຂອງປາ, ເຫຼົ້າ ແລະ ປາສູບ ເວົາຖືພາ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ວ່າການຮັກສາດູແລດັກຖືພາຢູ່ນັ້ນແນມ່ນຫົວໜ້ວງ.
ຂັ້ນກາງ/ ການເປັນຜົ່ນໆ ແລະ ການດູແລດັກ - ຕ້ອງຮູ້ 10 ໃນ 10: (ຖືພາ ຫີ້ ດັກເປັນຜົ່ນໆ)
<input type="checkbox"/> ຮູ່ບ່ອນຮັກສາດູແລດັກຖືພາຢູ່. <input type="checkbox"/> ຮູ້ວ່ານີ້ປ່ອບດັກນີ້ຍູ້ໃດບໍ່ມີການດູແລ. <input type="checkbox"/> ສາມາດໃຫ້ການດູແລດັກໄດ້ຢ່າງເໝາະສົມ. <input type="checkbox"/> ຢູ່ຜູ້ດຽວກັບດັກໄດ້ຢ່າງສະບາບ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ຈຳກຳນັ້ນ ແລະ ປົງເຊົາອົມໃຫ້ດັກ. <input type="checkbox"/> ຮູ້ໃຫ້ໃປຫາບອນຊ່ວບໜ້ອີໃນໂຄງການຊຸມຊົນ (WIC, PHN). <input type="checkbox"/> ຮູ້ໃຫ້ໃຫ້ດັກເວົາຮ່ວມຫລັນຢ່າງເໝາະສົມ (ຄ່ານ, ຮັບເຜັງ, ແຕ່ມຽບ, ກໍ່ສ້າງສຶກຂອງເອີ້ນງົງ). <input type="checkbox"/> ຮູ້ການເລືອກທີ່ມີຢູ່ສໍາລັບບ່ອນເລື່ອງດັກປີກກະຕິ. <input type="checkbox"/> ເລືອກຄົນທີ່ເໝາະສົມເນື້ອເຕັກປັນບາງຈະບະ. <input type="checkbox"/> ຮູ່ບ່ອນໃປຫາຄວາມຊ່ວບໜ້ອີ ທ້າດັກໄວ້.
ຂັ້ນສູງ - ຕ້ອງຮູ້ 5 ໃນ 6: (ຖືພາ ຫີ້ ເປັນຜົ່ນໆ)
<input type="checkbox"/> ສາມາດເລືອກຂອງຫລັນທີ່ເໝາະສົມກັບອາຍ ແລະ ລະດັບຜັຫນາການຂອງດັກ. <input type="checkbox"/> ສາມາດຄົວໃຫດທາງວິໄນໄດ້ບໍ່ແລ້ວມາຕາການຊຸມແຮງ(ຕີ, ຮັບ, ວິດອາຫານ ຫີ້ ການດູແລທີ່ຈໍາເປັນ). <input type="checkbox"/> ສາມາດຈັດແຈງການດູແລດັກແບບປີກກະຕິ. <input type="checkbox"/> ເຄົາດັກໄປບໍ່ອນເລື່ອງດັກຕາມເວລາ. ໃປຮັບດັກຈາກບໍ່ອນເລື່ອງດັກຕາມເວລາ. <input type="checkbox"/> ໄຮ້ເວລາ "ທີ່ມີຄຸນນະພາບ" ກັບດັກແຕ່ຕະມີ (ເວົານິກ, ຫລືນິນຳກັນ, ຮັບຝັງດັກ, ຕໍ່ງໄປ). <input type="checkbox"/> ຮູ່ບ່ອນໃປເອົາຄວາມຊ່ວບໜ້ອີກ່ຽວກັບການເປັນຜົ່ນໆ.
ຂັ້ນຝີເສດ
<input type="checkbox"/> ຮູ້ວ່າການປະເພີດແບບໃດທີ່ເໝາະສົມກັບອາຍ ແລະ ລະດັບຜັຫນາການຂອງດັກ. <input type="checkbox"/> ຮູ່ຈໍາໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ພິນປີໂບຂອງການຈັດຫາການເລື່ອງດັກແຕ່ຕ່ອລະບ່ອນທີ່ມີຢູ່.